

ПСИХОЛОГІЧНА ПІДТРИМКА ТА АДАПТАЦІЯ АСПІРАНТІВ У ПІДГОТОВЦІ ДИСЕРТАЦІЇ В УМОВАХ ВІЙНИ

Петяк Олена Віталіїна

*завідувач аспірантури та докторантури,
доктор філософії з психології, доцент кафедри психології
та педагогіки*

*Хмельницький національний університет
м. Хмельницький, Україна*

Алексєєв Олександр Олександрович

*здобувач третього (освітньо-наукового) рівня вищої освіти
Хмельницький національний університет
м. Хмельницький, Україна*

У ситуації військової агресії кожному доводиться адаптуватися і шукати нові шляхи для продовження професійної діяльності. Ці зміни торкаються всіх без винятку, і кожна людина, незалежно від професії, змушена пристосовуватися до нових умов. Особливо складно доводиться здобувачам усіх рівнів освіти, які перебувають під впливом надзвичайних обставин. Більшість аспірантів потребує психологічної підтримки, яка вимагає системного підходу до вирішення актуальних психологічних проблем за допомогою сучасних методів інтервенції. Відмова від цієї підтримки або її затримка можуть призвести до зниження життєвих ресурсів, адаптаційних можливостей і загального рівня психологічного благополуччя аспірантів.

Сьогодні поняття «війна» стало частиною звичайного життя кожного українця. Свідомість, ставлення до життя і цінності у частини громадян знаходяться у процесі трансформації, у іншій частині вже безповоротно змінились. Разом з тим, у значної частини українців, в тому числі і в учасників освітнього процесу, актуалізувались відчуття тривоги, страху, пригнічення, провини, ворожості, і стали предметом психологічної допомоги.

Українські науковці стикаються з втратою спокою та можливості продовження наукових досліджень, відсутністю доступу до робочих місць та необхідних інструментів для проведення досліджень, пошкодженням та зруйнуванням наукової інфраструктури, а також зменшенням фінансування.

Для отримання наукового ступеня доктора філософії вченим потрібна висока кваліфікація, наявність широкого спектру навичок і активна участь в науковій діяльності, включаючи участь у наукових конференціях, круглих столах, семінарах тощо. Особливу увагу

приділяється підготовці дисертації та публікації наукових статей. Згідно з Порядком підготовки здобувачів вищої освіти ступеня доктора філософії та доктора наук у закладах вищої освіти та наукових установах, затвердженим постановою Кабінету Міністрів України від 23.03.2016 № 261, протягом навчання в аспірантурі аспірант повинен виконати всі вимоги освітньо-наукової програми. Це включає отримання теоретичних знань, розвиток вмінь, набуття навичок та інших компетентностей, необхідних для створення нових ідей і вирішення складних проблем у професійній та дослідницько-інноваційній сферах. Також важливим є освоєння методології наукової та педагогічної діяльності, проведення власних наукових досліджень, результати яких мають наукову новизну та значення як у теоретичному, так і в практичному аспектах, а також захист дисертації [2].

Аспіранти, що знаходяться в зоні конфлікту, стикаються зі значними труднощами у проведенні наукових досліджень та підготовці дисертацій. Нестабільність і загроза для особистої безпеки створюють надзвичайні умови для психічного здоров'я аспірантів. Вони часто змушені пристосовуватися до стресових ситуацій і втрати стабільності, що серйозно впливає на їхню продуктивність і психологічний комфорт. Усе це ускладнює проведення досліджень, отримання необхідної інформації, яку потребує аспірант при підготовці до написання наукової роботи. Дослідження в цій області сприяє формуванню соціальної відповідальності наукових установ і урядових структур щодо забезпечення належних умов для освіти та наукових досліджень під час кризових ситуацій. В умовах війни аспіранти зіткнулися з унікальними труднощами, які важко уявити у стабільних часах. Один із головних аспектів – це психологічний стрес, який впливає на їхню здатність концентруватися на наукових завданнях. Страх за власну безпеку і безпеку рідних стає частиною їхнього повсякденного життя, що ускладнює планування і виконання наукових досліджень. Війна призводить до перерв у постачанні електроенергії, інтернету та доступу до бібліотек та архівів, що негативно впливає на продуктивність досліджень та можливість вчасної написання дисертацій [3].

Не менш важливим фактором є нестабільність у вищій освіті та дистанційне навчання. Аспіранти змушені адаптуватися до постійних змін у навчальних програмах та форматах проведення занять, що може порушити їхній академічний процес та затримати завершення дисертаційних робіт.

Для проведення дослідження про психологічну підтримку та адаптацію аспірантів у підготовці дисертації в умовах війни було здійснено опитування, в якому взяли участь 34 аспіранти. Було запропоновано перелік запитань з авторського опитувальника, які спрямовані на дослідження психологічної підтримки та адаптації аспірантів, які навчаються в умовах війни. **Мета нашого опитування** збір даних для розуміння впливу військового конфлікту на психологічний стан та професійну адаптацію аспірантів, а також для

визначення необхідності і ефективності психологічної підтримки. В опитуванні взяли участь аспіранти Хмельницького національного університету спеціальностей: 011 Освітні, педагогічні науки 16 аспірантів, 075 Маркетинг 4 аспіранта, 073 Менеджмент 5 аспірантів, 133 Галузеве машинобудування 5 аспірантів та 122 Комп'ютерні науки 4 аспіранта.

З'ясовано, що у 25% респондентів військовий конфлікт впливає на загальний рівень стресу та тривожності, 40% респондентів військовий конфлікт впливає на соціальну адаптацію страждають стосунки з колегами, викладачами та сім'єю та у 35% аспірантів змінився інтерес до наукової роботи та плани на майбутнє.

Проте не всі проблеми безнадійні. Важливою є наявність інтегрованих психологічних підходів до підтримки аспірантів у складних умовах. Професійні психологи можуть надавати не лише консультативну допомогу, але й психотерапевтичні та тренінгові сесії, спрямовані на зниження рівня стресу та підтримку психологічного благополуччя. Важливо створити середовище, де аспіранти можуть отримати підтримку з боку наукових керівників та університетських адміністрацій. Ініціативи, спрямовані на створення сприятливих умов для наукової роботи, таких як організація дистанційних платформ і забезпечення доступу до електронних ресурсів, грають ключову роль у забезпеченні неперервності навчання та дослідницької діяльності. Психотерапевтичні інтервенції, такі як індивідуальні консультації та групові сесії, виявляються ефективними у зменшенні стресу та тривожності серед аспірантів, що пережили воєнні події [4, 225].

Висновки. В умовах військового конфлікту аспіранти потребують систематичної психологічної підтримки для їхнього психічного здоров'я та збереження академічної продуктивності. Важливою частиною психологічної підтримки є навчання стратегіям стрес-менеджменту та технікам релаксації, що сприяють збереженню психічного здоров'я та підвищенню адаптаційних можливостей. Застосування психоосвітніх програм дозволяє аспірантам краще розуміти та управляти своїми емоціями, що є важливим аспектом процесу їхньої психологічної реабілітації. Крім того, соціальна підтримка з боку університетського колективу та адміністрації відіграє ключову роль у створенні сприятливого середовища для академічного та особистісного розвитку аспірантів. Загальний висновок полягає в тому, що комплексна психологічна підтримка є необхідною для успішної адаптації аспірантів до умов військових конфліктів і забезпечує збереження їхньої академічної та професійної діяльності.

Література

1. Алексеева Т.В. Психологічні фактори та прояви процесу адаптації студентів до навчання у вищому навчальному закладі // Автореф. дис... канд. психол. наук. – Київ: Київський Національний університет імені Т.Г. Шевченка, 2004.

2. Про затвердження Порядку підготовки здобувачів вищої освіти ступеня доктора філософії та доктора наук у закладах вищої освіти (наукових установах) : постанова Кабінету Міністрів України від 23.03.2016 № 261. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/261-2016-%D0%BF#Text>

3. Титаренко Т., Дворник М., Климчук В. Соціально-психологічні технології відновлення особистості після травматичних подій: практичний посібник. Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології Кропивницький: Імекс-ЛТД, 2019. 220 с.

4. Тимків Л. Психологічна підтримка студентів в освітньому процесі під час війни. Міжнародний проект як одна з активних форм підготовки майбутніх соціальних працівників до професійної діяльності. 2022. № 9. С. 222-230.

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-411-8-35>

ОСОБЛИВОСТІ ПІДГОТОВКИ АД'ЮНКТИВ ТА АСПРАНТИВ У ЛЬВІВСЬКОМУ ДЕРЖАВНОМУ УНІВЕРСИТЕТІ БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ В УМОВАХ ВІЙНИ

Попович Василь Васильович

*доктор технічних наук, професор,
проректор з наукової роботи*

*Львівський державний університет безпеки життєдіяльності
м. Львів, Україна*

Коваль Назарій Ярославович

*доктор філософії,
проректор по роботі з персоналом*

*Львівський державний університет безпеки життєдіяльності
м. Львів, Україна*

Копистинський Юрій Олегович

*кандидат технічних наук,
начальник докторантури-ад'юнктури*

*Львівський державний університет безпеки життєдіяльності
м. Львів, Україна*

Львівський державний університет безпеки життєдіяльності – це заклад вищої освіти, який здійснює підготовку курсантів, студентів, а